

冬の食中毒について

食中毒は、暑い時期だけではなく、寒い冬にも発生します。冬は、「ノロウイルス」による食中毒の感染者が多くなります。

ノロウイルスの特徴

- ◆牡蠣や大アサリ(ウチムラサキ貝)、シジミ、ハマグリなどの二枚貝の内臓(中腸腺)にウイルスが蓄積していることがある。
- ◆感染力が強く、100個以下の少量のウイルスでも感染して発症する。1人が発症すると、多くの人に感染させる可能性がある。
- ◆人にだけ感染する。
人の腸の中だけで増殖する。食品の中では増えない。



症状など

- ◆嘔吐や腹痛、下痢(水のような便)、発熱(38℃以下)など。
- ◆感染してから症状が出るまでに約24～48時間(平均36時間)かかる。
- ◆3日程度で回復するが、抵抗力の弱い子どもやお年寄りは、重い症状になることがある。
- ◆回復後も通常1週間から長くて1か月程度、腸から便の中にノロウイルスを排出することがある。



注意！ ノロウイルスに感染しても症状が出ずに、腸からノロウイルスを排出することがあります。

感染の原因

- ◆牡蠣などの二枚貝を生、あるいは十分に加熱しない状態で食べるとノロウイルスに感染することがある。[食中毒]
- ◆ノロウイルスに感染した人が手をよく洗わずに調理をすると、手や調理器具から食品にウイルスがうつり、この食品を食べた人が感染する。[食中毒]
- ◆感染した人の便や嘔吐物(はいたもの)を処理するときに感染する。[感染症]
- ◆汚染箇所(感染した人の便や嘔吐物があった場所)を十分に消毒しなかった場合、残ったウイルスが空気中に飛び、その粒子から感染する。[感染症]

ノロウイルス感染の予防方法

- ◆ノロウイルスは熱(高温)に弱いので、調理の際は、食品中心部まで十分に加熱する。
(中心部の温度を85℃にし、1分間持続させる。)
- ◆感染者の便からも感染するので、トイレに行った後は必ず、しっかりと手を洗う。
(トイレ個室内のドアや鍵部分などにウイルスや菌が付着しているため。)
- ◆トイレ内の手洗い場では、必ず手を洗う。もし洗わなかった場合、直後にさわるトイレ出入口のドアやその他の物にウイルスが付着して他の人が感染してしまうおそれがある。
- ◆調理する前や食事前はしっかりと手を洗う。
- ◆調理に使用した調理器具は、洗剤でよく洗い、熱湯で消毒する。(ときどき、塩素系漂白剤も使用すると効果的。)



11 月の予定献立

「カラフトししゃも」の内臓の中や「あさり」、「わかめ」、「しらす」などの海産物にエビやカニなどの甲殻類が混入している場合があります。甲殻類のアレルギ―をお持ちのお子さんはご注意ください。

※牛乳は、毎日つきます。※献立の下に書いてあるのは、主に使用する食材です。
※ 四角で囲んでいる食材は、加工食品です。
※予定される果物：みかん・柿・りんごです。



月	火	水	木	金
4 ふりかえきゅうじつ 振替休日 	5 本郷小) 給食なし 肉うどん チーズポテト 枝豆	6 ツナライス メンチカツ フルーツミックス	7 ごはん さつま汁 豚肉のバーベキュー ソース ごまあえ	8 背割りコッペ みそワントンスープ お好み揚げ チョコクリーム
11 カレーライス ほうれん草とベーコン のサラダ	12 パスタボンゴレ オニオンチップサラダ	13 中華おこわ チンゲン菜のスープ カレイのから揚げ	14 肉炒め丼 (厚揚げ入り) みそ汁 くだもの	15 黒角食 ポーククリームシチュー ・小松菜サラダ くだもの
米/豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・グリーンピース・小麦粉・カレーウ・菜種油・しょうゆ・りんご・トマト・鶏がら /ベーコン・ほうれん草・もやし・菜種油・しょうゆ・ごま	ソフトパスタ/あさり・大豆・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・小麦粉・トマト・しょうゆ・鶏がら /玉ねぎ・ハム・じゃが芋でん粉・菜種油・きゅうり・キャベツ・人参・しょうゆ・ごま	米・豚肉・しょうゆ・しいたけ・きくらげ・たけのこ・人参・栗・菜種油・ごま油/ベーコン・チンゲン菜・緑豆春雨・とうもろこし・しょうゆ・鶏ガラ・むろあじ削節 /カレイのから揚げ/カレイ・菜種油・でん粉[たれ]しょうゆ・じゃが芋でん粉	米/豚肉・厚揚げ・たけのこ・人参・もやし・ほうれん草・厚揚げ・玉ねぎ・トウバンジャン・りんご・菜種油・じゃが芋でん粉・ごま・ごま油 /大根・油揚げ・みそ・むろあじ削節・昆布	パン/豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・パセリ・バター・牛乳・豆乳・菜種油・小麦粉・チーズ・鶏がら /ハム・小松菜・しょうゆ・緑豆春雨・ひじき・ごま油
18 平和通小) 給食なし ごはん 豚汁 鶏肉の竜田揚げ おひたし	19 塩ラーメン ごまポテト くだもの	20 サーモンピラフ かぼちゃコロッケ フルーツカクテル	21 ごはん 豆腐のオイスターソース煮 揚げえびシュウマイ しょうがあえ	22 ロールパン オニオンポタージュ ハンバーグきのこソース くだもの
米/豚肉・豆腐・じゃが芋・こんにゃく・人参・大根・玉ねぎ・ごぼう・長ねぎ・菜種油・みそ・むろあじ削節・昆布 /鶏肉・しょうゆ・小麦粉・じゃがいもでん粉・菜種油 /ほうれん草・白菜・かつお節・しょうゆ	ソフトラーメン/豚肉・しょうゆ・菜種油・たけのこ・つと(魚すりみ)・もやし・人参・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・ほうれん草・わかめ・鶏ガラ・豚骨・煮干し・昆布 /じゃが芋・ごま・菜種油	米・大麦・バター・鮭・しょうゆ・玉ねぎ・とうもろこし・マッシュルーム・菜種油/かぼちゃコロッケかぼちゃ・パン粉・じゃが芋・玉ねぎ・米粉・大豆・植物油・脱脂粉乳・小麦粉・菜種油/みかんシロップ漬・パインシロップ漬・りんご果汁・黄桃シロップ漬・なつみかんシロップ漬・梨シロップ漬(以上缶詰)	米/豆腐・豚肉・ピーマン・玉ねぎ・長ねぎ・人参・オイスターソース・菜種油・しょうゆ /えびシュウマイえび・豚脂・たら・玉ねぎ・小麦粉・でん粉・大豆・鶏卵・しょうゆ・菜種油 /ほうれん草・白菜・しょうゆ	パン/ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・小麦粉・牛乳・豆乳・バター・チーズ・鶏ガラ・菜種油 /ハンバーグ(牛肉・豚肉・玉ねぎ・パン粉・鶏卵・牛乳)たもぎたけ・ぶなしめじ・えのきたけ・しいたけ・しょうゆ・じゃがいもでん粉・菜種油・ごま
25 ごはん しょうゆおでん ひじき入り春巻 おかかふりかけ	26 長崎ちゃんぽん 大学いも パインのシロップ漬け	27 チキンライス チーズフォンデュコロッケ ビーンズサラダ	28 ごはん 厚揚げのカレーソース 大根サラダ くだもの	29 かぼちゃパン ポテトのクリーム煮 にんじんとコーンのサラダ・くだもの
米/とうふ入りかまぼこ(たら・とうふ・でん粉・米油)・うずらの卵・ひじき入りがんも・こんにゃく・人参・大根・ふき・昆布・しょうゆ・むろあじ削節/春巻[たけのこ・ひじき・豚肉・人参・しょうゆ・大豆油・ごま油・牡蠣(かき)エキス・小麦粉・じゃが芋でん粉・菜種油/しらす干し・かつお節・のり・青のり・ごま	ソフトラーメン/豚肉・しょうゆ・えび・つと(魚すりみ)・もやし・人参・玉ねぎ・キャベツ・たけのこ・チンゲンサイ・きくらげ・ごま油・鶏ガラ・豚骨・煮干し /さつまいも・菜種油・ごま・しょうゆ/パイン	米・大麦・バター・トマト・鶏肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・グリーンピース・菜種油/チーズフォンデュコロッケじゃが芋・チーズ・牛乳・パン粉・小麦粉・大豆・とうもろこしでん粉・菜種油/金時豆・手豆・枝豆・ハム・とうもろこし・キャベツ・しょうゆ・ごま油	米/厚揚げ・豚肉・人参・玉ねぎ・さやいんげん・カレーウ・小麦粉・菜種油・トマト・しょうゆ・鶏ガラ /大根・まぐろ・きゅうり・人参・ごま・しょうゆ	パン/ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・菜種油・チーズ・鶏がら /ハム・人参・きゅうり・とうもろこし・しょうゆ・菜種油